

Ревень – многолетнее растение, в пищу обычно употребляют стебли. Из ревеня готовят вкусные компоты, варят варенье. Его добавляют в пироги и цукаты. Но все-таки наиболее полезна эта трава в сыром виде. Для начала стоит рассказать, что ревеня – лечебное растение. Ранней весной, когда витаминов организму чаще всего не хватает, именно он становится спасением. Считается, что ревеня по своим положительным свойствам превосходит яблоки. В нем очень много кальция, калия. Эта трава, обладающая довольно кислым вкусом, является ценным источником пектинов, минеральных веществ, различных сахаров и соединений азота. В нем много каротина, поэтому отвар листьев ревеня используется при восстановлении зрения.

Ревень идеален для тех, кто сидит на диете, богат балластными веществами, способными связывать и выводить из организма всевозможные вредные вещества. Кроме этого, ревеня часто используют при лечении запоров. Здесь есть интересный нюанс, большое количество травы, оказывает благотворное действие при вялой работе желудка, что является причиной возникновения запора, а вот употребление ревеня в небольших количествах, наоборот, оказывает вяжущее действие.

Кроме этих свойств, ревеня употребляется и при лечении такой, неприятной болезни, как геморрой. Да и вообще, [народные средства от геморроя](#) помогают достаточно хорошо. Правда тут следует помнить, что употреблять лекарство лучше небольшими порциями. У ревеня хорошие антисептические и противовоспалительные эффекты. Рекомендуют измельчать черешки, смешивать их с ячменной мукой и делать компрессы, прикладывая смесь к ранам. Используют ревеня и против тяжелых форм оспы, и даже рекомендуется при заболевании туберкулезом, поскольку растение обладает способностью укреплять иммунитет. Еще ревеня обладает антидепрессивным эффектом.

О полезных свойствах ревеня можно говорить практически вечно, поскольку это действительно очень полезный продукт питания. Однако, у него имеется несколько противопоказаний. Ревень противопоказан людям, больным панкреатитом и гастритом. Не рекомендуется его употреблять и людям, у которых есть камни в почках и мочевом пузыре. Поскольку ревеня обладает свойством разжижать кровь, его не рекомендуется употреблять при сильном кровотечении.

В лечении различных заболеваний используются в основном настойки и отвары и ревеня. В качестве сырья обычно выступает его корень и стебли. В сыром виде

употребляют только черешки, причем молодые. Чем старше черешок, тем больше в нем яблочной кислоты, которая со временем имеет свойство превращаться в щавелевую, а она для организма не несет никакой пользы.